

# 温泉街は魅力たっぷり。温泉街をゆるゆると散策、外湯の七福神めぐりなど。



## 戸倉上山田温泉宿泊ガイド

(2023.4月現在)

露天風呂 露天風呂付客室あり 貸切風呂あり WiFiあり 一人旅OK 素 素泊まりOK 連 連泊プラン クレジットカードOK

温泉宿名	電話番号	設備など
<b>上山田温泉</b>		
1 有田屋旅館	026-275-1006	WiFi 素 連
2 梅むら旅館 うぐいす亭	026-275-3036	WiFi 連
3 荻原館	026-275-1018	WiFi 素 連
4 湯元 上山田ホテル	026-275-1005	WiFi 連
5 亀清旅館	026-275-1032	WiFi 素 連
6 小石の湯 正明館	026-275-2354	WiFi 素 連
7 玉の湯	026-261-0324	WiFi 素 連
8 クラブウィングダム千曲館 長野	026-275-1111	WiFi 連
9 民芸の宿 中央ホテル	026-275-3322	WiFi 素 連
10 ホテル亀屋本店	026-275-1002	WiFi 素 連
11 信州の湯 清風園	026-275-1016	WiFi 連
12 ホテル晴山	026-275-1201	WiFi 素 連
13 ホテル圓山荘	026-275-1119	WiFi 素 連
14 湯楽ゆうざん	026-275-2333	WiFi 素 連
15 山風荘	026-275-1262	WiFi 素 連
16 旬樹庵 柏屋	026-275-2211	WiFi 素 連
17 旬樹庵 菊水	026-276-5858	WiFi 素 連

温泉宿名	電話番号	設備など
<b>上山田温泉</b>		
18 旅亭たかの	026-276-3001	WiFi 素 連
19 旬樹庵 若の湯	026-275-1560	WiFi 素 連
<b>戸倉温泉</b>		
20 リバーサイド 上田館	0570-081-780	WiFi 素 連
21 国楽館戸倉ホテル	026-275-2019	WiFi 素 連
22 笹屋ホテル	026-275-0338	WiFi 素 連
23 千曲乃湯 しげの家	026-275-1713	WiFi 素 連
24 あさひ倶楽部 (休館中)		
<b>新戸倉温泉</b>		
25 湯の宿 福寿草	026-275-0171	WiFi 素 連
<b>ビジネスホテル</b>		
26 ビジネスホテルグリーンプラザ	026-276-7111	WiFi 素 連
27 ホテルプラトン	026-275-5111	WiFi 素 連
28 ホテルルートイン上山田温泉	026-276-0006	WiFi 素 連
<b>ゲストハウス</b>		
29 おせっかいゲストハウス昭和の寅や	080-1154-6876	WiFi 素 貸切可
30 ゲストハウス 旅館相生	026-275-1635	WiFi 素 貸切可

## 戸倉上山田温泉エリア 散策スポット紹介

**足を運びたい散策スポット**

**城山史跡公園 荒砥城跡 ①**  
戦国時代の連郭式山城、荒砥城を再現した公園。櫓や本郭からは戸倉上山田温泉の街並みや千曲川、遠く北アルプスの雄大な山々といった素晴らしい眺めも楽しめる。  
■9時～17時(入館は16時30分まで)  
■休館日/12/29～1/3  
■入館料/300円(中学生以下無料)  
■お問合せ/千曲市城山史跡公園管理棟 ☎026-275-6653

**歴史考察**  
村上氏の支族である山田氏によって築かれた山城。山田城、砥沢城とも呼ばれる。川中島合戦の頃は武田軍と上杉軍による争奪戦が繰り返された。天正10年(1582)、武田氏滅亡後、上杉景勝の川中島統治時代には屋代秀正が海津城副将となる。翌天正11年、屋代秀正は徳川家康と通じて荒砥城に籠城、上杉諸將に攻められ落城したと伝えられる。

**1 別名「あじさい寺」**  
智識寺(十一面観音)

**2 津津神社**  
大きな石造りの男性と女性のシンボルが御神体として祀られており、子宝、縁結び、夫婦円満などに御利益がある。お札、お守りなどは、隣の城山山観音寺で。 ■お問合せ/☎026-275-1757

**3 善光寺大本願別院 城山山観音寺**  
御恵観音菩薩と善光寺如来三尊のご分身が祀られており7月には大法要が行われる。桜の名所。 ■お問合せ/☎026-275-1757

**4 日本歴史館**  
馬堀法眼喜孝画伯作・歴代125代天皇肖像画を常設展示。全長75mの県内最大規模の展示路。  
■10時～16時30分 水・木曜日休  
■12月～3月冬季休館  
■入館料/大人500円、学生300円、幼児無料  
■お問合せ/☎026-405-2406

**5 智識寺**  
天平年間に開かれたといわれ、智識寺大御堂・木造十一面観音像は国の重要文化財。十一面観音を拝観希望の方は事前連絡が必要。別名あじさい寺。 ■お問合せ/智識寺 ☎026-275-1120

**6 温泉資料館**  
戸倉上山田温泉の歴史を伝える資料館。入館希望者は要予約。  
■月～金曜日・9時～16時30分  
■入館料/無料  
■休館/土日祝日、8/13～16、12/29～1/5  
■お問合せ/上山田温泉(株) ☎026-275-1001

**7 千曲川萬葉公園**  
万葉橋のたもとにある公園には小野小町や小林一茶、高浜虚子など、この地に縁のある文人の歌碑31基が立っている。山口洋子作詞、五木ひろし歌唱の「千曲川」の自動演奏の歌碑がある。

**8 水と緑と潤いのある公園**  
湯の里親水パーク

**9 山口洋子 千曲川展示館**  
歌手五木ひろしのヒット曲「千曲川」の作詞家。足跡をたどる写真パネル、日本レコード大賞のトロフィーなどを展示。  
■10時～12時、13時～16時 大人300円  
■お問合せ/☎090-8773-8546

**10 佐良志奈神社**  
延喜式内神社。社殿の名称は明治の町村合併に際し「更級村」の名を許される根拠に。作家・志賀直哉の「豊年轟」にも書かれている。 ■お問合せ/☎026-275-4650

**11 水上布奈山神社**  
諏訪大社の流れをくむ社。国の重要文化財に指定されている社殿には上り龍・下り龍、鳳凰、竹林の七賢人などを模った彫刻が施されている。  
■お問合せ/千曲市歴史文化財センター ☎026-261-3210

**12 raum戸倉宿(坂井銘醸)**  
酒造り400年の歴史をもつ坂井銘醸の資料館。加倉白尾や竹久夢二の作品も展示。蕎麦処や売店も併設。陶芸体験も人気。(要予約)(E20P3)  
■9時～17時 見学無料  
■お問合せ/☎026-275-2923

**13 戸倉宿キティパーク**  
ヤギやウサギのいる公園。ローラー滑り台やアスレチックなどがある。日本最大級の天狗像が目印。3月上旬～中旬頃に節分草(セツブンソウ)が見られる。  
■お問合せ/千曲市都市計画課 ☎026-273-1111

**水と緑と潤いのある公園 ⑧**  
温泉街にある公園。足湯や飲泉所、「しあわせの赤い石」のモニュメントや日曜朝市が開かれる憩いの場所。

**足湯**  
カラコロの足湯

**朝市**  
5月～10月の毎週日曜日に開催

**飲泉**  
重要文化財あり

**小石(恋)しの湯伝説**  
千曲川近くにすんでいたお政は、ある日腹痛に苦しんでいる米吉に出会い惹かれ合うようになる。結婚を間近に米吉は江戸に出掛けたが予定を過ぎても帰らない。お政が十一面観音様に願をかけると、夢に老人が現れ、万葉集の東歌(後歌)「君し踏みてば玉と拾はむ」の歌のように千曲川の角のとれた赤い小石を100個拾い上げれば米吉は帰ってくると告げた。最後の1個は、湯が流れている場所が発見。その日のうちに米吉は戻り、こので湯は「小石(恋)しの湯」と呼ばれた。大正橋には99個の小石が埋め込まれている。

**「トキたび」提灯は各旅館で貸出中!**  
「トキたび」提灯で夜の温泉街を散策しよう!

**「トキたび」提灯で**  
かわいい仕掛けあり

## 七福神 外湯めぐりスタンプラリー

7つの湯をめぐるご利益があるかも!?

入浴の際、各施設でスタンプカードにスタンプの押印を受けてください。有効期限は1年。全部揃うと記念品を差し上げます。

**布袋尊**  
湯の華銭湯 瑞祥  
■入浴/9時～翌1時(土日祝日は6時～)  
■休 第3火曜日  
☎026-275-4321

**弁財天**  
万葉超音波温泉  
■入浴/4時～23時  
休 第4月曜日(祝日の場合は翌日)  
☎026-275-2228

**寿老人**  
公衆浴場 戸倉国民温泉  
■入浴/8時45分～21時45分  
休 毎月初旬に1日  
☎026-275-0457

**恵比寿**  
多世代健康交流プラザ つるの湯  
■入浴/9時～20時(最終入場19時30分)  
休 第1・3水曜日  
☎026-261-0770

**大黒天**  
湯元 かも乃湯  
■入浴/10時～23時  
休 毎月16日、月末日  
☎026-276-4664

**福祿寿**  
湯のさと ちくま 白鳥園  
■入浴/9時30分～21時  
休 毎月第2火曜日(祝日の場合は翌平日)  
☎026-275-0400

**毘沙門天**  
公衆浴場 戸倉観世温泉  
■入浴/4時30分～23時  
休 第1・3月曜(祝日の場合は営業)  
☎026-275-0087